Redan innan inskolning och förskolestart kan det vara bra att börja förbereda barnet.

**OBS!** Inskolning är inte alltid lätt, det är mycket nytt som händer barnet - många känslor och upplevelser - kan du räkna med att det kommer vara extra tröttsamt under den första tiden och troligen ha ett extra stort behov av närhet från er föräldrar. Det är ju hos en förälder som tryggheten hämtas när allt är nytt!

**Tips för barnet:**

**1. Låt ditt barn bli bekant med miljön**

Om det är möjligt kan det vara bra att besöka Blommans förskola innan det är dags för inskolning så att barnet känner sig bekväm i den nya miljön.

**2. Träna på att vara ifrån varandra**

Man kan även innan träna på att separeras från barnet kortare stunder om det finns anhöriga eller vänner som kan vara behjälpliga. Det här är viktigt för mamman och barnent, speciellt om det är ditt första barn.

**3. Prata positivt om förskolan**

Med lite större barn som har börjat prata kan det vara bra att prata om förskolan på ett positivt sätt. Både för att förbereda barnet på en kommande förändring och för att försöka ge barnet en positiv bild av förskolan vilket gör dem nyfikna på att börja.

**4. Lita på att ni kommer klara det tillsammans**

Samtidigt behöver man inte överanstränga sig för att förbereda barnet innan själva inskolningen om det inte finns särskilda skäl. Vi, förskolepersonalen är vana vid inskolningar och vet att alla barn reagerar olika 😊

**För föräldern:**

**1. Besök förskolan – För din skull**

Om man känner stor oro inför att barnet ska börja på förskola kan det vara bra att göra besök på förskolan. Få träffa oss, be att få tydlig information om hur rutinerna på Blomman ser ut. Tveka inte att kommunicera oron med oss, på det sätter kan du få frågor och svar besvarade och du kan slappna av lite.

**2. Kontrollera dina känslor inför barnet!**

Tycker man som förälder att det känns jobbigt och emotionellt laddat med inskolning och lämning är det viktigt att man försöker kontrollera sina egna känslor inför barnet så att de inte ”smittar”. Det är bra att förbereda sig på att barnet kan gråta vid lämning och tänka igenom och kanske diskutera med personalen hos oss hur man ska hantera det för att underlätta både för barnet och sig själv. Det kan till exempel bli jobbigt för barnet om barnet märker att föräldern blir nervös och ledsen vid lämning.

**3. Prata med andra föräldrar**

Prata med andra föräldrar som har barn på förskola för att få höra att det finns fler föräldrar som varit oroliga inför inskolningen, men som att det oftast känns bättre när rutinerna är igång.

**4. Tänk framåt**

Peppa dig med att förskolestarten kan innebära en ny spännande väg på resan tillsammans med sitt barn. Det kan till exempel leda till nya kontakter och intressanta upplevelser både för barnet och föräldern.

**5. Tänk positivt**

Påminn dig om att många barn trivs på förskolan, att förskolan ofta har positiva effekter på barnen och att förskolepersonalen i de flesta fall gör ett fantastiskt jobb.

**BRA ATT VETA**

**Hur går inskolningen till?**

På Blommans Förskola är inskolning obligatoriskt för alla barn. Vi har en inskolning på ungefär 2 veckor men det variar självklart från ett barn till ett annat. Det beror på hur vi bedömer att ditt barn kan klara sig utan er föräldrar eller om hen behöver lite mer support från er på plats.

Under barnets första dag på förskolan brukar alltid en av er föräldrar närvara – oftast bara några timmar. Ni kommer bli tilldelad en pedagod, som är till för att lära känna ditt barn extra bra. Anknytningen till den pedagogen är viktig för att inskolningen ska kännas bra för barnet, men också för dig som förälder. Under den dagen brukar vi, pedagogerna visa er runt, göra er införstådda med scheman och hur det fungerar kring olika rutiner som vila, lunch och blöjbyte.

**Föräldern närvarar – men ge barnet utrymme**

Som förälder är det tänkt att din närvaro ska skapa trygghet åt barnet som bekantar sig med miljön på förskolan. För barnet är det mycket nytt: barn, leksaker, andra vuxna. Du som närvarande förälder ska visa att du finns där men försöka ha en svalare roll. Det är för att pedagogerna ska få en bra chans att lära känna ditt barn!

**Några små försök till separation**

När inskolningen har fått ta ett par dagar, brukar du som förälder få ta en liten promenad. Kanske går barnet in för att äta lunch ensam med barnen och pedagogerna medan du får hålla dig undan en stund helt och hållet. Det är ett sätt att göra barnet trygg i att det kommer situationer när du inte längre syns eller närvarar. Din frånvaro kan pedagogerna sedan se till att de blir lite längre och längre – kanske testar ni en halvdag där du får gå hem och vara ”on-call”.

**Ha koll på ditt barns vardag**

En bra sak är att ha koll på förskolans rutiner och lära sig namn på pedagoger och några av barnens. Då är det lättare att prata med ditt barn om dagen. Att ta en stund vid varje hämtning och checka in med personalen kan ge dig massor att prata om med barnet på väg hem och under kvällen. Förskolan är ju en hel värld för ditt barn och allt som hänt där är minst lika spännande som det som hänt i din. Har du en förståelse för att dagen på förskolan för barnet är lika komplex och omväxlande som påfrestande, utvecklande och rolig som den är för oss vuxna på ett jobb - kommer du vara ett bra stöd för ditt barn.

Ibland visar sig tröttheten redan vid hämtning, det är vanligt att barnet bryter ihop lite då eller på vägen hem och inte orkar ”hålla ihop” längre nu när föräldern finns i närheten som den stora tryggheten. Vi vet att det kan kännas extremt frustrerande för en förälder som också slitit hårt hela dagen och bara vill hem och pusta ut. Men det är inget att göra åt tyvärr, utan försök ha förståelse istället. Det kan vara klokt att tänka på att fylla på barnets batteri direkt när ni ses. Att få vara lite liten en stund och bli påklädd och buren brukar kunna kännas bra, på samma sätt kan det vara bra att få något i magen för att orka hela vägen hem.

**Gosedjur och ombyten**

*Vad ska man packa med till inskolningen?*

Det är bra att tänka på att barnet ska ha med sig extrakläder redan från början. Se till att det finns regnkläder, skor, extra strumpor, tröjor och byxor ifall barnet råkar spilla något under lunchen eller när de leker utomhus. Ingen pedagog skulle bli irriterad över att det fanns för mycket kläder till ditt barn – tvärtom!

Vi tillåter att små barn har med sig gosedjur eller en snuttefilt till vilan, så ta gärna med en med er doft på!

**Bra länkar att kolla på inför start!**

<https://rullavagn.nu/artikel/forskolestart-allt-du-behover-ta-med-ultimata-checklistan/>

<https://www.knodd.se/artikel/infor-forskolestart---vad-behover-du-tanka-pa/>

<https://magasin.lekmer.se/itc-content/uploads/2017/09/checklist-se-upd.pdf>